

Prevención de muertes por accidentes cerebrovasculares

Se ha estancado el progreso

Después de décadas de disminución en las tasas de mortalidad, se ha frenado el progreso en la prevención de muertes por accidentes cerebrovasculares. Cada año, casi 800 000 personas tienen un accidente cerebrovascular, más de 140 000 mueren y muchos sobrevivientes quedan con discapacidades. Esto es alarmante porque cerca del 80 % de los accidentes cerebrovasculares son prevenibles. La presión arterial alta es el factor de riesgo individual tratable más importante con respecto a los accidentes cerebrovasculares. Prevenir, diagnosticarla y controlarla por medio de cambios en el estilo de vida y medicamentos es fundamental para reducir la cantidad de accidentes cerebrovasculares. Los sistemas de salud (hospitales, médicos, especialistas en rehabilitación, técnicos en emergencias médicas [EMT], farmacéuticos) pueden ayudar a abordar los factores de riesgo de los accidentes cerebrovasculares y mejorar los resultados en los pacientes si llega a ocurrir uno. Cuando se produce un accidente cerebrovascular, los minutos cuentan. Llame al 911 inmediatamente. Los sistemas de salud pueden tratar rápidamente un accidente cerebrovascular si el paciente llega al hospital a tiempo. Es necesario reducir los factores de riesgo de los accidentes cerebrovasculares y mejorar la calidad de la atención que se les da para seguir disminuyendo la cantidad de muertes por estas afecciones.

Los sistemas de salud pueden:

- Usar enfoques aplicables a todo el sistema para encontrar a los pacientes con factores de riesgo de accidentes cerebrovasculares que no se hayan diagnosticado o manejado.
- Trabajar con miembros de la comunidad y técnicos en emergencias médicas (EMT) para detectar rápidamente los accidentes cerebrovasculares y llevar de prisa a los pacientes al hospital.
- Implementar un sistema coordinado de atención que trate eficazmente a los pacientes, desde el primer síntoma de un accidente cerebrovascular hasta la recuperación.

¿Quiere saber más? www.cdc.gov/spanish/signosvitales/accidentes-cerebrovasculares/index.html

40 segundos

Cada 40 segundos, alguien tiene un accidente cerebrovascular en los EE. UU.

3 de cada 4

La disminución en la cantidad de muertes por accidentes cerebrovasculares se ha estancado en 3 de cada 4 estados.

80 %

El 80 % de los accidentes cerebrovasculares son prevenibles.



Centers for Disease Control and Prevention
National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion

Problema:

Las muertes por accidentes cerebrovasculares han dejado de disminuir.



Los accidentes cerebrovasculares son comunes y prevenibles.

- Los accidentes cerebrovasculares son la 5.ª causa principal de muerte y una de las principales causas de discapacidades graves a largo plazo, y tienen un costo estimado de 34 000 millones de dólares al año.
- 1 de cada 20 muertes de adultos se debe a un accidente cerebrovascular. Muchas de estas muertes son prevenibles.
- Cuando se produce un accidente cerebrovascular, partes del cerebro se dañan y pueden comenzar a morir en minutos.

Los accidentes cerebrovasculares se producen más en algunas poblaciones y áreas geográficas.

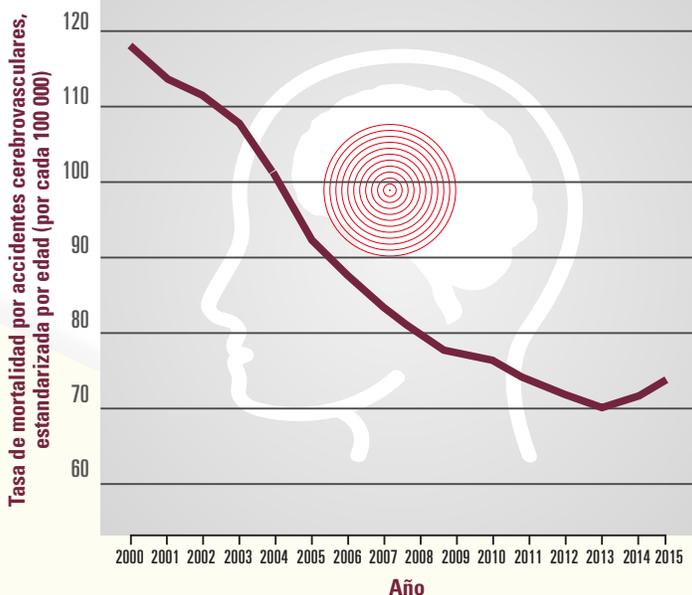
- La disminución en la cantidad de muertes por accidentes cerebrovasculares se ha estancado en 3 de cada 4 estados.
- Las personas de raza negra tienen las tasas más altas de mortalidad por accidentes cerebrovasculares entre todas las razas o grupos étnicos.

- Las tasas de mortalidad por accidentes cerebrovasculares entre los hispanos aumentaron un 6 % cada año desde el 2013 hasta el 2015.
- Las muertes por accidentes cerebrovasculares aumentaron en los estados del sur.

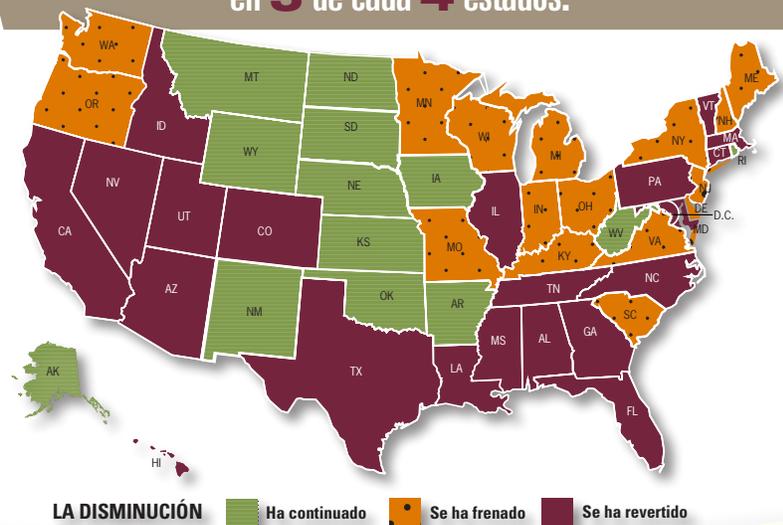
Los accidentes cerebrovasculares están ocurriendo a edades más tempranas.

- Los factores de riesgo —como la presión arterial alta, el colesterol alto, la obesidad y la diabetes— se están dando a edades más tempranas.
- Puede que los factores de riesgo no sean reconocidos ni tratados en adultos de mediana edad (35-64 años).
- Estudios recientes también sugieren que durante los últimos 15 años los adultos más jóvenes (18-54 años) han presentado aumentos en las hospitalizaciones por accidentes cerebrovasculares, además de aumentos en los factores de riesgo entre aquellos hospitalizados por esta afección.

La disminución en la cantidad de muertes por accidentes cerebrovasculares se ha **frenado** desde el 2013.



La disminución en la cantidad de muertes por accidentes cerebrovasculares se ha **ESTANCADO** en **3** de cada **4** estados.



HA CONTINUADO = Las tasas de mortalidad siguieron disminuyendo constantemente entre el 2000 y el 2015, en los adultos de 35 años o más.

SE HA FRENADO = La disminución en las tasas de mortalidad se frenó a lo largo del tiempo.

SE HA REVERTIDO = Las tasas de mortalidad se revirtieron de una disminución a un aumento.

¿Qué se necesita para reducir la cantidad de muertes por accidentes cerebrovasculares?

Factores de riesgo de los accidentes cerebrovasculares

Saber cuáles son sus factores de riesgo y manejarlos es clave.



PRESIÓN ARTERIAL ALTA
una de las principales causas de **ACCIDENTES CEREBROVASCULARES**



CONSUMO DE TABACO



DIABETES



COLESTEROL ALTO



OBESIDAD E INACTIVIDAD FÍSICA

Reconozca los signos de un accidente cerebrovascular **RÁPIDO**



ROSTRO

Pídale a la persona que **sonría**. ¿Se le cae un lado de la cara?



BRAZOS

Pídale a la persona que **levante ambos brazos**. ¿Se va hacia abajo uno de los brazos?



HABLA

Pídale a la persona que **repita una oración sencilla**. ¿Tiene dificultad para pronunciar las palabras?



TIEMPO

Si la persona muestra cualquiera de estos síntomas, llame al **911** de inmediato.

Saber cuáles son los signos de un accidente cerebrovascular puede **AYUDAR A SALVAR VIDAS**

FUENTE: Adaptado de "Cincinnati Pre-hospital Stroke Scale, University of Cincinnati, 1997".

Sistemas de atención de accidentes cerebrovasculares

 Comunidad	 Atención prehospitalaria	 Hospital	 Atención poshospitalaria
Detección Todos conocen los signos de un accidente cerebrovascular y saben que es necesario llamar al 911 de inmediato.	Traslado Los servicios médicos de emergencias (EMS) rápidos llevan al paciente al hospital, al cual notifican que van en camino.	Decisión Se detecta el accidente cerebrovascular, se decide rápidamente cuál es el tratamiento adecuado y se proporciona el tratamiento.	Coordinación para el alta El paciente se rehabilita, se recupera y regresa a casa.

FUENTES: Paul Coverdell National Acute Stroke Program, CDC; Guidelines for the Early Management of Adults with Ischemic Stroke, Circulation, May 22, 2007.



Los **SISTEMAS DE ATENCIÓN DE ACCIDENTES CEREBROVASCULARES** dependen de la colaboración coordinada entre los sistemas y los profesionales de la salud; de la transición sin problemas de un entorno de atención médica al siguiente; de programas para mejorar la calidad, basados en datos, que proporcionen la mejor atención a cada paciente, cada vez; de procesos uniformes para dar el alta hospitalaria en los que participen todos los profesionales que atiendan al paciente; y de medidas continuas que mejoren la atención del paciente y salven vidas.

¿Qué se puede hacer?



El Gobierno federal hace lo siguiente:

- Administra el Programa Nacional de Accidentes Cerebrovasculares Agudos Paul Coverdell (Programa Coverdell) que colabora con departamentos de salud estatales, servicios médicos de emergencias (EMS) y hospitales en la implementación de programas para mejorar la calidad, basados en datos, relacionados con la atención de los accidentes cerebrovasculares.
<https://go.usa.gov/xRNM5>
- Lidera la iniciativa Million Hearts® para prevenir un millón de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares para el año 2022. <http://espanol.millionhearts.hhs.gov/>
- Provee recursos a los 50 estados para abordar la prevención de enfermedades crónicas, incluidas las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares.
- Financia investigaciones relacionadas con la prevención y el tratamiento de los accidentes cerebrovasculares y la recuperación del paciente, y respalda la campaña "Mind Your Risks" para educar al público. Mindyourrisks.nih.gov

Los sistemas de salud pueden:

- Usar enfoques aplicables a todo el sistema para encontrar a los pacientes con factores de riesgo de accidentes cerebrovasculares, que no se hayan diagnosticado o manejado.
- Trabajar con miembros de la comunidad y técnicos en emergencias médicas (EMT) para detectar rápidamente los accidentes cerebrovasculares y llevar de prisa a los pacientes al hospital.
- Implementar un sistema coordinado de atención que trate eficazmente a los pacientes, desde el primer síntoma de un accidente cerebrovascular hasta la recuperación.

Los médicos, enfermeros y otros profesionales de la salud pueden:

- Detectar y tratar la presión arterial alta, la obesidad, la diabetes, el colesterol alto, el tabaquismo y otros factores de riesgo de los accidentes cerebrovasculares.
- Ayudar a los pacientes a controlar su presión arterial, el colesterol y la diabetes usando los medicamentos según las indicaciones y haciendo cambios en el estilo de vida que pueden ayudar a prevenir los accidentes cerebrovasculares.
- Remitir a los pacientes a recursos comunitarios —como líneas telefónicas de ayuda para dejar de fumar, y programas de prevención de la obesidad y la diabetes— que

respaldarán sus cambios de comportamiento relacionados con el estilo de vida.

- Educar a los pacientes sobre los signos y síntomas de un accidente cerebrovascular, y la importancia de llamar al 911 si alguien está teniendo uno.

Los departamentos de salud estatales pueden:

- Dar prioridad a los sistemas coordinados de atención de accidentes cerebrovasculares y adoptar estrategias exitosas del Programa Coverdell.
- Usar datos para identificar y cerrar las brechas en la atención de accidentes cerebrovasculares para lograr mejoras en la calidad.
- Capacitar a miembros de la comunidad y a técnicos en emergencias médicas (EMT) en la detección de los signos de un accidente cerebrovascular y para que comprendan la importancia de llevar a los pacientes rápidamente al hospital.
- Aumentar la concientización sobre los factores de riesgo de los accidentes cerebrovasculares y acerca de los cambios en el estilo de vida necesarios en las poblaciones de alto riesgo.
- Realizar campañas para educar al público sobre la importancia de llamar al 911.

Todos pueden:

- Reconocer los signos y síntomas de un accidente cerebrovascular, y llamar al 911 si alguien está teniendo uno.
- Controlar la presión arterial y el colesterol al tomar los medicamentos según las indicaciones.
- Manejar otras afecciones, como la obesidad y la diabetes.
- Evitar fumar y el humo de segunda mano, que aumentan el riesgo de tener un accidente cerebrovascular.
- Tener una alimentación saludable baja en sal y azúcar, con muchas frutas y verduras frescas, aumentar la actividad física y mantener un peso saludable.

1-800-CDC-INFO (232-4636)

Línea TTY: 1-888-232-6348

Versión accesible: www.cdc.gov/spanish/signosvitales/accidentes-cerebrovasculares/index.html

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
1600 Clifton Road NE, Atlanta, GA 30329

Fecha de publicación: 6 de septiembre de 2017